

2-3
meses



**Me apoyo
con los antebrazos y
levanto la cabeza**

¿Qué puedo hacer?

- Cabeza:**
- Soy capaz de levantar la cabeza 90° y mantenerla erguida durante unos segundos.
 - Puedo girar la cabeza de un lado al otro.
- Tronco:**
- Soy capaz de levantar el pecho y la cabeza apoyándome en los antebrazos.
 - Me puedo desplazar unos centímetros, flexionando las manos, levantando las nalgas e impulsándome con los pies.
 - Puedo sentarme con apoyo.
- Brazos:**
- Extiendo los brazos con el propósito de coger un objeto próximo; sin embargo, no siempre lo consigo.
- Manos:**
- Observo y juego con las manos. Me descubro los dedos.
 - Sostengo un objeto entre uno y dos minutos hasta que se me cae.
 - Cuando cojo un objeto, lo observo, lo sacudo, lo cambio de mano y me lo acerco a la boca.
- Piernas:**
- Flexiono las rodillas y doy puntapiés si un objeto me las toca.
 - Mis piernas pueden resistir el peso de mi cuerpo durante unos segundos.
- Pies:**
- Muevo los pies y puedo ponerlos planos encima de una superficie.
 - Boca arriba mantengo las rodillas separadas y los pies tienden a dirigirse hacia el interior.

¿Qué percibo?



- Vista:**
- Mantengo el contacto visual durante tres segundos.
 - Puedo mirar de lado a lado, de arriba abajo y en pequeños círculos.



- Oído:**
- Reacciono ante varios sonidos: sonajeros, voces, campanas...
 - Me escucho.



- Gusto:**
- Me acerco todo a la boca de forma voluntaria, no como un acto reflejo.



- Tacto:**
- Distingo varias texturas con la boca: es mi órgano de exploración más preciso.



- Olfato:**
- Me atraen los buenos olores, sobre todo los de mi madre y mi padre.
 - Demuestro disgusto ante determinadas personas por el olor que tienen.

¿Qué siento?

Emociones:

- Me comunico a través de la mirada, de la sonrisa y del llanto.
- Me siento feliz y seguro en compañía de los seres que quiero.
- Si estoy contento, expreso excitación con todo el cuerpo.

¿Qué digo?

Lenguaje:

- Empiezo a emitir sonidos consonánticos: *mm, pp, bb, gg*.
- Si me hablan, respondo con ruiditos, gritos y balbuceos.

¿Qué pienso?

Pensamiento:

- Reconozco olores, gustos, sonidos e incluso caras.
- Me entusiasman las novedades y los cambios.

Cada niño y niña evoluciona a diferente ritmo. Estas pautas de desarrollo son sólo orientativas.

¿Qué puedo hacer?

La cabeza

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: APLAUDIR

Tumbaremos al niño o la niña boca abajo sobre el cambiador procurando que sus rodillas queden tocando el extremo, de modo que pueda mover bien las piernas. Nos situaremos de pie detrás de él y lo cogemos por los codos estirándolos hacia delante hasta conseguir que se toque las manos. Cuando las manos del bebé se toquen, haremos que aplauda, consiguiendo que yerga su pecho y que levante la cabeza solo.



La postura será muy importante. Para conseguir que el bebé mantenga una posición fija y evitar malas posturas, debemos poner las piernas abiertas del bebé alrededor de nuestro cuerpo, empujándolo por los muslos. Los brazos deberán estar estirados hacia delante y los dedos pulgares, apuntando arriba.

Mientras lo hacemos, podemos cantar la canción *Palmas, palmitas*.

Palmas, palmitas

*Palmas, palmitas,
higos y castañitas,
azúcar y turrón
para mi niña son.*

Popular

Mediante este juego conseguiremos que el bebé:

- Incorpore la columna vertebral.
- Estire la musculatura de la nuca.
- Fortalezca la musculatura del cuello.
- Aprenda a aguantar la cabeza.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: SEGUIR LA COLUMNA VERTEBRAL

Con el niño o la niña tumbado boca abajo seguiremos, con los dedos índice y medio de nuestra mano derecha, su columna vertebral desde la nuca hasta la zona lumbar. Por un acto reflejo, el bebé levantará ligeramente la cabeza al percibir esta sensación, fortaleciendo así un poco la musculatura del cuello y avanzando hacia la centración de la cabeza en relación con la línea central del cuerpo.



El tronco

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: REPTAR

La primera forma que tienen los bebés de desplazarse es arrastrándose por superficies planas. A partir de los 15 días aproximadamente, intentan avanzar sin levantar el tronco, moviendo todo el cuerpo hacia delante y hacia atrás.



Sabed que...

Los bebés de dos o tres meses acostumbran a arañar con las uñas la superficie por donde reptan.

Si tumbamos al niño o la niña boca abajo en un extremo de la cama o en una esterilla, veremos cómo al cabo de un rato lo encontramos en el otro lado. Si lo dejamos en el suelo sobre una esterilla, reptará algunos metros.

Estimularemos al bebé a reptar ampliando sus horizontes sacándolo de la camita y dejándolo en el suelo. Cubriremos el suelo con un colchón de espuma grande y grueso para que esté cómodo y seguro.



PROPUESTA DE ACTIVIDAD: UNA PISTA PARA REPTAR

Para fomentar la estimulación preliminar a la marcha, deberemos crear un ambiente de exploración favorable y tener material específico.

Glenn Doman, neurólogo norteamericano, creó una pista para estimular a los bebés a reptar. Doman afirma que los niños se mueven mucho cuando están durmiendo y que el mejor momento para reptar es antes, durante o después de dormir.

En su programa de estimulación de la movilidad propone montar tres pistas de rastreo alrededor de una cama de matrimonio. El bebé debe dormir encima para aprovechar los desplazamientos naturales de rastreo que realiza mientras duerme.

Esta propuesta es un poco complicada de llevar a cabo y a muchos padres y madres no les parece muy segura.

En cambio, la construcción de una pista con un tablero de madera recubierto de espuma con barandillas a los lados tiene mucha aceptación.

Inclinaremos un poco la pista levantándola por un lado y dejaremos que el bebé se desplace por ella reptando. Nos situaremos al final de la rampa y animaremos al niño o la niña para que llegue hasta nosotros reptando.

Los brazos y las manos

En este tercer mes, el bebé aún no tiene una buena coordinación óculo-manual, pero sí empieza a diferenciar los objetos que están dentro de su campo visual. Cuando ve un objeto cerca, desencadena inmediatamente movimientos de cabeza y brazos, pero aún no puede cogerlo con las manos. Las manos, de una forma instintiva, sólo cogerán el objeto si la palma de la mano lo toca.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: SERVILLETAS PARA ESTIRAR EL BRAZO

Tumbaremos al niño o la niña boca arriba y pondremos a su lado un pañuelo de tela formando una pequeña tienda de campaña. Lo pondremos suficientemente cerca de él para que lo pueda coger estirando el brazo. Cuando lo descubra, estirará el brazo, lo tocará e instintivamente cerrará el puño.

Recordad

El pañuelo deberá ser de tela para que lo pueda explorar sin ningún tipo de peligro.

Las piernas y los pies

Durante el tercer mes de vida, el bebé aún conserva el reflejo innato de caminar. Las piernas se mueven enérgicamente como respuesta a un estímulo y es capaz de dar puntapiés si algún objeto le toca los pies.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: EMPUJAR BOCA ARRIBA

Tumbaremos al niño o la niña boca arriba y pondremos las palmas de nuestras manos con las plantas de sus pies. Haremos un poco de presión hasta que sus rodillas se doblen. Mantendremos las palmas de nuestras manos junto a sus pies y esperaremos que sea él quien presione para estirar las piernas.

Intentaremos animar constantemente al bebé:
¡Vamos, fuerte, tú puedes! ¡Mira qué fuerza haces!



PROPUESTA DE ACTIVIDAD: DOBLAR LAS RODILLAS

Colocaremos al bebé boca abajo y le cogeremos los piecitos con las manos. Muy suavemente, doblaremos sus rodillas y elevaremos sus pies. Iremos moviendo sus piernas realizando un movimiento de pedaleo, como si montara en bicicleta.

Lo animaremos recitando una cantinela:

*Voy en bicicleta,
subiendo la montaña.
Voy en bicicleta,
ya sé pedalear.*



El equilibrio

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: A REMAR

Nos sentaremos en el suelo con las piernas cruzadas. Colocaremos al niño o la niña sentado sobre nuestras piernas y lo sujetaremos bien por las axilas. Nos debemos asegurar de que tiene la espalda bien recta y de que la cabeza queda bien sujeta entre nuestras rodillas, ya que aún no tiene bastante musculatura en el cuello para aguantar la cabeza.

Suavemente, lo columpiaremos hacia un lado y hacia el otro, ayudándolo con nuestras piernas.

Mantendremos constantemente el contacto visual y acompañaremos este movimiento cantando:

A remar, a remar

*A remar, a remar,
marineros de San Juan,
a los chicos darles leche,
a los grandes darles pan.*

Popular

Mientras realizamos este ejercicio, no conviene dejar demasiado rato al bebé sin nuestro contacto corporal; por ello, lo cogemos y lo abrazamos constantemente. Si lo mantenemos alejado de nosotros, sus hombros se encuentran en extensión y no es conveniente prolongarlo mucho tiempo. El buen desarrollo muscular lo obtendremos a partir de la flexión y de la extensión de forma continuada.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: EL PÉNDULO

La relación con el entorno y la concepción de uno mismo se obtiene mediante la experiencia visual. Para experimentar visualmente y ampliar el campo de visión, es necesario que cambiemos al bebé de lugar y de posición: hay que moverlo. El movimiento de acunar también lo ayudará a desarrollar la memoria y a ampliar su campo visual.

Nos sentaremos en el suelo sobre una colchoneta y colocaremos al niño o la niña horizontal sobre nuestros brazos. Pondremos una mano bajo su cabeza y la otra debajo del culito. Es conveniente que su espalda no quede sujeta.

Lo columpiaremos suavemente de un lado al otro como si fuera el péndulo de un reloj. A medida que avanzamos en el ejercicio, este movimiento será más largo, hasta que lleguemos a tenerlo en posición vertical: en un extremo, cabeza arriba y en el otro, prácticamente cabeza abajo. Su campo visual se ampliará considerablemente.

Podemos realizar los movimientos siguiendo el ritmo de la canción *Aserrín, aserrán*.

Aserrín, aserrán

*Aserrín, aserrán
maderitos de San Juan;
los del rey sierran bien,
los de la reina, también;
los del duque,
¡truque, truque, truque!*

Popular



En la pista 7 del CD encontraréis la canción popular *A la lata*, muy adecuada para realizar movimiento de balanceo.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: LA MONTAÑA QUE CRECE

Nos sentaremos sobre una superficie blanda con las piernas juntas y estiradas. Para estar más cómodos, podemos ponernos algunos cojines en la espalda.

Colocaremos al niño o a la niña hacia arriba encima de nuestras piernas con su cabeza a la altura de nuestras rodillas.

Subiremos suavemente nuestras piernas juntas, resbalando los pies juntos sobre la superficie del lugar donde nos apoyamos, como si fuera una montaña que se va formando despacio. A medida que nuestras piernas crezcan, el bebé irá pasando de la posición horizontal a la vertical para terminar manteniendo contacto visual con nosotros, que lo recibiremos con una sonrisa.

Después podemos volver lentamente a la posición inicial.



¿Qué percibo?

Vista

Normalmente, los juguetes infantiles son de colores vivos y variados. Sabiendo que los bebés responden mejor a contrastes evidentes, Wimmer Ferguson introdujo un nuevo tipo de juguetes con dibujos en blanco y negro de figuras simples y geométricas.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

Cogeremos un juego de cartas de 20 por 14 cm y dibujaremos figuras geométricas sencillas en blanco y negro. Hasta los tres meses, el contraste entre estos dos colores llamará mucho la atención del bebé. Observar imágenes sólo en blanco y negro favorecerá su capacidad de atención y concentración.

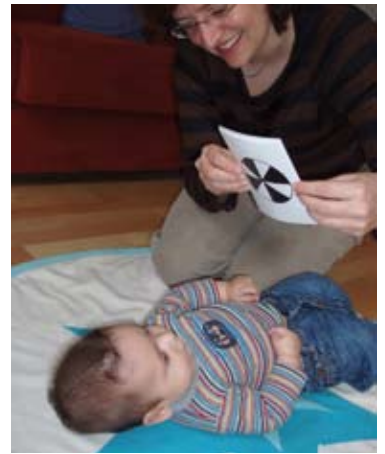
Tumbaremos al bebé en el suelo boca arriba encima de una mantita y nos arrodillaremos a su lado. Le mostraremos las tarjetas de una en una.



Si repetimos el juego dos o tres veces al día, pronto conocerá las imágenes y mantendrá más tiempo la mirada fija en la figura.



Cogeremos las tarjetas por los bordes blancos, y así no taparemos las imágenes.



Mostraremos cada tarjeta centrada respecto de sus ojos durante cinco segundos.

El punto de fijación ocular de los bebés de dos meses suele estar a 40 cm; por eso:

- Si no muestra interés, es porque la tarjeta está demasiado lejos de su campo visual.
- Si parpadea, es porque la tarjeta está demasiado cerca.
- Si muestra una expresión de sorpresa, quiere decir que sus ojos han conseguido fijar la mirada en el dibujo.

Alejaremos o acercaremos la tarjeta poco a poco hasta encontrar la distancia adecuada.

Recordad

Pararemos el juego antes de que el niño o la niña se canse.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: LA MAGIA DE LAS CARAS

Los bebés tienen preferencias visuales bien definidas y predilección por las caras humanas, concretamente por los ojos y por las miradas. Parece ser que la proximidad de la cara de su madre cuando le da el pecho tiene mucho que ver en ello. Podemos sacar partido de su interés por los rostros, poniendo a su alcance muñecos que tengan los ojos muy marcados o almohadas que representen una cara. Captarán rápidamente su atención y se concentrará un buen rato. Después tendrá curiosidad por tocarlos e intentará moverse para poderlos coger.



Para fomentar el seguimiento visual de objetos en movimiento, confeccionaremos un juguete muy sencillo con dos platos de cartón. En el dorso de uno de ellos dibujaremos una cara, y el otro lo forraremos con papel de aluminio. Juntaremos los platos y pasaremos una goma elástica por el medio. Graparemos todo el contorno y también la goma, para que quede bien sujeta. Ataremos los extremos de la goma a la barandilla de la cuna para que cuando el niño o la niña le dé pataditas los platos giren.



Colgar de la cuna del bebé al alcance de su mirada retratos de familiares lo tranquilizará. Colgaremos las fotografías en la parte de dentro de los barrotes de la cuna, una a cada lado a la altura de su cara.



Al cabo de un rato, las retiraremos para que no se canse del estímulo y lo podamos utilizar en otra ocasión.



Mientras el niño o la niña mira las fotografías que hemos colgado de la cuna, podemos reproducir la pista 2 del CD: *Latidos*. Oír el sonido del latido de un corazón evoca el tiempo previo al nacimiento, cuando dentro del útero materno escuchaba el sonido rítmico de su corazón. Lo tranquilizará mucho.



**PROPUESTA DE ACTIVIDAD:
TABLERO DE ESTIMULACIÓN VISUAL**

Las figuras sencillas y de gran contraste visual estimulan la percepción de los bebés. Cualquier lugar es bueno para colgar un tablero lleno de figuras de línea clara y contrastada. Un lugar idóneo puede ser al lado del cambiador.

Podemos pegar círculos concéntricos, espirales, estrellas, caras sonrientes y de ojos grandes, figuras geométricas, etc. Utilizaremos cartulina blanca y rotuladores o pinceles gruesos y tinta negra. De vez en cuando es conveniente cambiar las figuras y su distribución en el tablero.



PROPUESTA DE ACTIVIDAD: EL PROTECTOR DE CUNA BLANCO Y NEGRO

Podemos decorar de manera similar el protector de cuna del bebé. En lugar de cartulinas podemos utilizar telas serigrafiadas, que al cabo de unos días cambiaremos para que el niño reciba nuevos estímulos visuales que lo ayudarán a fijar la mirada y a enfocar.

Actualmente podemos encontrar en las tiendas especializadas protectores de cuna inspirados en la aportación de Wimmer Ferguson, decorados con figuras simples y contrastadas en blanco y negro y también en color rojo. También existen juguetes como pelotas y sonajeros con elementos visuales móviles blancos y negros.



Oído

En este mes, el niño o la niña ya es capaz de discriminar muchos sonidos, así como las voces familiares que escucha cada día. Muestra preferencia por los sonidos suaves y agudos, aunque es importante que viva en un espacio con todos los sonidos y ruidos habituales.

Cuando el bebé escuche un ruido, no sólo moverá la cabeza en la dirección de donde proviene, sino que reaccionará y se activará todo su cuerpo.

A la hora de presentar un sonido debemos tener en cuenta que es importante empezar por un oído y seguir después por el otro, para estimular los dos hemisferios. El hemisferio derecho es el responsable de la parte melódica y el hemisferio izquierdo, del habla; ambos esenciales para la adquisición del lenguaje.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: LA CAJA DE LOS SONIDOS

Buscaremos una caja grande de cartón y pondremos diferentes objetos sonoros dentro de ella. Sólo sacaremos la caja cuando queramos hacer juegos auditivos, no estará siempre a su alcance. Para empezar, pondremos:

- Un sonajero.
- Una cinta con cascabeles.
- Muñecos de goma que hagan ruido.
- Papel de seda, celofán, aluminio.
- Campanillas.
- Una pandereta.
- Un triángulo.
- Una cajita de música.
- Etc.



Presentaremos uno o dos instrumentos en cada sesión y haremos que los escuche por los dos oídos. A medida que el bebé crezca, iremos adaptando los instrumentos y los objetos.

Gusto

CHUPAR Y CHUPETES

Los bebés tienen un fuerte instinto de succión que les sirve para satisfacer el hambre y también para tomar conciencia de su entorno y explorarlo. Todo lo que quieren conocer se lo acercan a la boca.

Chupando se tranquilizan, al mismo tiempo que estimulan el cerebro, ya que evocan los momentos que vivieron dentro del útero materno. Por este motivo, si les quitamos los juguetes o el dedo de la boca, se ponen ansiosos. La succión tiene un efecto tranquilizante: mitiga el hambre, calma el dolor y la sobreestimulación.

Actualmente, los chupetes son seguros y anatómicos; por tanto, no deforman las encías. Es aconsejable no añadirles nada, ni azúcar ni zumo ni miel... Algunos de estos alimentos pueden no ser del todo beneficiosos para el bebé y puede llegar a confundir el chupete con el acto de comer.



Recordad

Conviene que les quitemos el chupete cuando empiecen a adormilarse, pues si se acostumbran a dormir con él, cada vez que se les caiga se pondrán a llorar. Entre los 18 y los 24 meses deberemos empezar a retirar el chupete.

Tacto

El bebé empieza a llevarse todo lo que consigue coger a la boca para explorar texturas y temperaturas.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: ¿FRÍO O CALIENTE?

Daremos al bebé material adecuado para esta edad, para que perciba temperaturas diferentes. Le daremos un juguete de plástico, apto para llevarse a la boca, que previamente habremos metido un rato en la nevera y un pañuelo o trapito que habremos calentado con nuestro cuerpo, con la plancha o con el radiador.

Observaremos la reacción en ambos casos al ponérselos en la boca.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: DISFRUTAR DEL SOL

Aprovecharemos una zona soleada del aula, junto a la ventana, para pasar un rato jugando al sol. Estiraremos una toalla, una mantita o una colchoneta en el suelo, desnudaremos al bebé y dejaremos que se entretenga con juguetes y sonajeros, disfrutando del contacto del aire y el sol. Lo dejaremos diez minutos, aproximadamente.

Dependiendo de la época del año tendremos la ventana abierta o cerrada, teniendo siempre cuidado de que no haya corriente, de aire. No haremos nunca esta actividad bajo el sol del mediodía, aprovecharemos el sol suave de primera hora de la mañana o del atardecer. También procuraremos que el sol no le dé directamente en los ojos.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: EXCURSIÓN AL JARDÍN

Cuando haga buen día, aprovecharemos para salir al jardín o al patio. Nos tumbaremos con el niño o la niña sobre una mantita y al solecito. Jugaremos con él y con su entorno. Podemos hacerle cosquillas con una brizna de hierba o dejar que la toque con las manitas.

En próximas salidas, cuando se haya acostumbrado al contacto con la hierba, podremos prescindir de la mantita para que el contacto sea más directo.

Olfato

El olfato es el sentido menos desarrollado en los bebés, aunque está demostrado que los niños y niñas aprenden a reconocer a sus padres por el olor que desprenden.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: EL CALCETÍN OLOROSO

Mojaremos una gasa o una bola de algodón con olores suaves y agradables:

- Agua de rosas.
- Agua de espliego.
- Extracto de vainilla.
- Extracto de menta.
- Aceites esenciales.

Pondremos las gasas impregnadas dentro de un calcetín de algodón y haremos un nudo en el extremo. Podemos dibujar una cara o un animalito en el calcetín. Lo acercaremos a la nariz del niño o la niña y dejaremos que lo huela mientras verbalizamos qué olor está percibiendo.

Cuando el aroma del calcetín haya desaparecido, pondremos dentro otra gasa.

¿Qué siento?

Emociones

Los elementos más importantes para establecer un buen vínculo y una relación de confianza con un bebé son:

- El contacto ocular.
- El contacto cutáneo.
- La voz de los progenitores.
- Las respuestas del bebé a los progenitores.

Son muchas las formas en que podemos coger a los bebés. En todas ellas se deben sentir seguros, protegidos y confiados. Nuestro estado de ánimo es importante, ya que lo transmitiremos por medio de la respiración o el sudor.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: UN ABRAZO

Cuando el niño o la niña esté nervioso, nos sentaremos en el suelo con las piernas cruzadas y lo pondremos encima de nosotros con la espalda contra nuestro pecho. Pasados unos minutos, el bebé sentirá nuestros latidos y la respiración de ambos se sincronizará, con lo que conseguiremos que se tranquilice.

Si ponemos al bebé de cara a nosotros sobre nuestro pecho, se sentirá muy protegido y confiado. El uso de un balancín favorecerá la proximidad y el movimiento tranquilizador. Podemos cantarle una canción de cuna con una voz dulce y suave.



Pajarito que cantas

*Pajarito que cantas
en la laguna,
no despiertes al niño
que está en la cuna.
Ea, la nana; ea, la nana;
duérmete, lucerito
de la mañana.*

Popular

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: HAMAQUITA EMOCIONAL

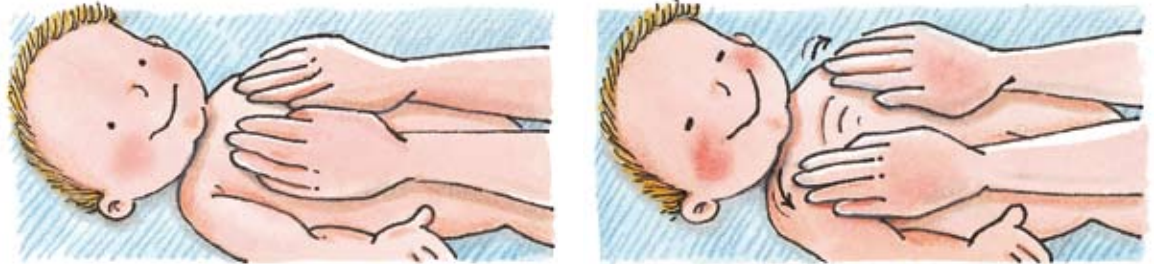
Para realizar esta actividad necesitaremos una manta o sábana resistente que no sea elástica. Pondremos la manta en el suelo y dejaremos al bebé encima de ella boca arriba. Cogeremos los dos extremos de la manta y los levantaremos con mucho cuidado, como si se tratase de una hamaca. La meceremos suavemente de un lado al otro cantando:

*Ning, nang, ning, nang,
las campanas sonarán
para mecer a mi niño
sonando van.*

Masaje

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: UN MASAJE EN EL PECHO

Si damos al niño o la niña un masaje en la zona del pecho, estimularemos su sistema linfático y reforzaremos sus defensas. Además, este masaje también lo ayudará a respirar y a digerir correctamente.



Alisamos hojas

Situaremos las dos palmas de las manos encima del pecho del bebé, a cada lado de su esternón. Imaginaremos que su caja torácica es un libro abierto que tiene las páginas arrugadas y las debemos alisar.



De abajo arriba

Moveremos las manos hacia arriba, rozando, hasta llegar a los hombros. Cuando lleguemos a las clavículas, volveremos a empezar.



De dentro afuera

Moveremos las manos hacia la parte exterior de las costillas y las devolveremos al centro del pecho, reduciendo la presión pero manteniendo el contacto.



Podéis acompañar este masaje con la pieza *Aire* en sol mayor, de la *Suite para orquesta* núm. 3, de Bach que encontraréis grabada en la pista 20 del CD.

¿Qué digo?

Lenguaje

A pesar de que en esta etapa de la vida del bebé pasa la mayor parte de su tiempo comiendo y durmiendo, cuando está despierto tiene una importante actividad de juego y de descubrimiento de su entorno y de sí mismo. Así pues, conviene que aprovechemos su deseo innato de comunicación y de descubrimiento para establecer vínculos afectivos.

En este tercer mes, el lenguaje del bebé no se limita al llanto o a ciertas reacciones motrices, sino que ya empieza a emitir algunos sonidos.

El aprendizaje del lenguaje oral es un proceso largo y costoso que empieza desde el primer día. Aunque no nos lo parezca, el bebé aprende las conversaciones que oye.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: EL MONÓLOGO

Cuando estemos con el bebé debemos ir explicándole lo que vamos haciendo: *Te pongo un calcetín y, ahora, el otro. Te peino para que estés muy guapo. Preparamos un biberón con leche y cereales. Pego las fotos al mural. Limpio la mesa porque está sucia. Guardo los juguetes.*

Conviene que el bebé pueda ver lo que estamos haciendo y narrando; así, de manera intuitiva y a fuerza de repetición, irá asociando las palabras con los objetos y las acciones.

PROPUESTA DE ACTIVIDAD: CANTAR

Las canciones están formadas por cadenas de palabras que fluyen dentro de una melodía que repetimos exactamente de la misma manera una y otra vez.

Cantaremos canciones de niños y niñas, de melodía simple y pocas palabras. Las cantaremos varias veces intentando crear un ambiente armonioso. El bebé escuchará y analizará la canción. Su hemisferio izquierdo se encargará de la letra y el hemisferio derecho, de la música. Todo su cerebro trabajará a la vez: la parte lógica y de lenguaje y la parte creativa y artística.

Obviamente, no esperaremos que el bebé repita la canción, pero sí emitirá algún sonido. Imitaremos los sonidos que ha producido el bebé, y es posible que él intente volver a repetirlos. Este es el inicio del lenguaje y de las primeras conversaciones.

Sabed que...

Esta actividad, además de trabajar el lenguaje, también estimula la vista y el oído.

¿Qué pienso?

Desarrollo cognitivo

Las caras fascinan al bebé, especialmente cuando ve que se mueven en un espejo. Contemplarlas lo intriga y al mismo tiempo lo relaja.



PROPUESTA DE ACTIVIDAD: LA MAGIA DE LOS ESPEJOS

Ver su imagen reflejada en el espejo hace que el bebé se quede boquiabierto, aunque no se pueda reconocer. Interpreta que es otro bebé y por eso le sonríe, le hace muecas e intenta tocarlo con las manos y con la boca. No será hasta los 18 meses, aproximadamente, cuando reconozca que este otro bebé es él.

Para ayudarlo en el proceso de autorreconocimiento, aprovecharemos cualquier ocasión para poner al bebé ante un espejo. Lo pondremos ante su cara, a una distancia de 25 o 30 cm, y nombraremos y tocaremos las partes de su rostro: los ojos, la nariz, la boca, las orejas...

Enfocar y seguir la trayectoria de los objetos con los ojos son actividades que necesitará para conocer el mundo que lo rodea y para conseguir una buena coordinación óculo-manual. Lo tumbaremos boca abajo y cogeremos un espejo de mano. Lo pondremos a unos 20 o 25 cm ante su cara y lo iremos alejando poco a poco. A cierta distancia, nos daremos cuenta de que pierde el interés y que mira hacia otro lado; entonces, despacio, se lo volveremos a acercar hasta 10 cm de sus ojos. Veremos cómo enfoca cuando sus ojos se hacen grandes y mueve los brazos y las piernas. Haremos esta actividad dos o tres veces.

¿Con qué juego?

Un sonajero

Un sonajero es un juguete muy recomendado para un bebé entre dos y tres meses, ya que estimula el desarrollo de:

La motricidad

Hacia las ocho semanas, el niño o la niña será capaz de coger y agitar el sonajero con fuerza. Lo hará sonar, pero será de manera involuntaria.

El pensamiento

Hacia las ocho semanas se dará cuenta de que el sonajero que tiene en la mano hace ruido, pero aún no será consciente de la relación causa-efecto: no entenderá que moviéndolo con la mano, suena.



Curiosidades

Numerosos estudios demuestran que los recién nacidos oyen mejor por el oído derecho. Los sonidos rítmicos y compasados los serenán porque les recuerdan los latidos del corazón de su madre cuando estaban dentro del útero.

Recordad

¿Cómo debe ser el sonajero?

- Bastante grande para que no pueda llegar a su garganta.
- De una sola pieza, ya que se podría tragar las partes pequeñas.
- Sin bordes afilados ni partes que se puedan romper.
- No ser tóxico ni de un material inflamable.
- Que se pueda lavar y desinfectar.

Más ideas

Podemos construir diferentes sonajeros caseros llenando botellas vacías de plástico con distintos materiales (garbanzos, lentejas, arena, botones...). El niño o la niña podrá agitarlos y tendrá la oportunidad de escuchar los diferentes sonidos que producen estos objetos.

Nos aseguraremos de que las botellas quedan bien selladas para evitar posibles accidentes.

